עצמאית, א-נומית וחוץ הלכתית. זוהי תורה מדיטטיבית איזוטרית שגלויה למתי מעט, נבחרים. החוויה המיסטית כאן היא מסוגת הטראנס. יחד עם זאת, בשיאה היא מגלה מאפיינים מסויימים של אקסטזה.

הנבואית הסכנה היא הפרדותה בטרם עת של נשמתו מגופו, בשל התענוג המיסטי (ראו אידל, קבלה, עמ' 14). בספרות המרכבה עדיין לא דיברו בקטגוריות המבטאות חלוקה פנימית, נפשית" של האדם.

הדרך המדיטטיבית של הרמב"ם

הקדמה: הפנמת המסע המיסטי לפני הרמב"ם

הרמב"ם הוא שגרירה המרכזי של תודעה מיסטית חדשה בתולדות המסורת היהודית. הוא מביא לידי הבשלה ומיצוי את הזיווג הפורה שבין ירושת חז"ל לבין הפילוסופיה ההלניסטית, שהגיע לפרקו סביב המאה העשירית לספירה, ומוריש לבאים אחריו את המירוץ המחודש להשגת "נבואה", הפעם לא כקריאה אלוהית לנבחרים, אלא כהישג אנושי המגיע בסופה של יוזמה פרטית ומאמץ פולחני ומדיטטיבי. כפי שציינתי בפרק הקודם, על ספרות המרכבה וההיכלות, הגאונים היו הראשונים שפירשו את מסעותיהם של יורדי המרכבה כפנימיים, דהיינו תוך-נפשיים ולא חוץ-גופניים, וזאת מכיוון שהגותם ניזונה מהביקורת הרציונלית היוונית על תמונת העולם המיתית, וכן מהדואליזם שהציעה המחשבה ההלניסטית בין הנפש לגוף, דואליזם בו הראשונה הפכה לשדה היחיד שבו תיתכן התעלות רוחנית, שכן כל דבר גשמי וגופני הפך לנחות, בזוי, ואף למכשול בדרך אל האלוהות.[1]

הרמב"ם הוא מחלוצי וחשובי הוגי ומיילדי ההפנמה הפולחנית ביהדות, והעצמת חיי הדת הפנימיים בכתביו תשפיע רבות על הדורות שבאו אחריו.[2] המהלך שבו ההתקשרות הרוחנית, הפנימית לאדם, המוצגת על פי רוב תחת המונח "דבקות", הפכה להיות האופן העיקרי שעל ידו מובן המסע המיסטי והמגע המיסטי עם האל הינו לא פחות ממהפכה בתולדות התפיסה הדתית היהודית.[3] "השפעתן של ההגות הניאו-אפלטונית והניאו-אריסטוטלית חוללה שינוי חסר תקדים ביסודותיה של המחשבה היהודית."[4] שינוי זה היה, כאמור, הפיכתה של מערכת היחסים בין הגבר היהודי לאלוהיו לפרטית, פנימית ובעיקר: תודעתית.

כאמור, הרמב"ם אולי מביא תפיסה זו לידי מיצוי, אולם קדמו לו הוגים יהודיים חשובים שחוללו את המהפכה הזו כחלוצים לפניו. בפרק הקודם ציינתי כאמור בקיצור נמרץ את רב האי גאון, שפירש את מסעם של יורדי המרכבה, בניגוד לתודעתם העצמית, כמסע פנימי.[5] במחקרו המקיף על מושג ה"דבקות"

[1] ראו מרגולין, **הדת הפנימית**, עמ' 42-43, 203-205 .
[2] מרגולין, **הדת הפנימית**, עמ' 404; מרגולין, **מקדש אדם**, עמ' 343; ורבלובסקי, **קארו**, עמ' 70.
[3] "מהלך זה מסמן מהפכה אמיתית ועמוקה בדתיות היהודית הרבנית" – אפטרמן, **דבקות**, עמ' 11. על ראשית כניסתה של הפילוסופיה ההלניסטית להגות היהודית ראו גם דן, **תולדות תורת הסוד**, עמ' 22-25.
[4] אפטרמן, **דבקות**, עמ' 11.
[5] ראו לעיל בפרק על ספרות המרכבה וההיכלות.

בהגות היהודית בימי הביניים מעמיק אדם אפטרמן חקר בהוגים היהודים הבולטים שפיתחו מונח זה, ותפיסה זו, במקביל אליו ואחריו. אישים ורבנים כגון יצחק ישראלי, שלמה אבן גבירול, בחיי אבן פקודה, יהודה הלוי ואברהם אבן עזרא קדמו לרמב"ם והציעו את פרשנויותיהם לאופן שבו הנשמה האנושית יכולה לגעת במהות האלוהית.

לצערי לא אוכל להקדיש מקום במחקר זה לדמויות אלה ולהגותם, וזאת משתי סיבות: ראשית, פשוט מפאת קוצר היריעה, ורצוני להתמקד במופעים העקריים של תולדות המדיטציה היהודית; ושנית, משום שהוגים אלה לא הציעו פרקטיקה מדיטטיבית ברורה. אין כוונתי שהם לא מסרטטים דרך מיסטית מובהקת – זאת הם בהחלט עושים, וניתן להעלות דרך זו מתוך כתביהם. אולם דרך זו, בעוד שהיא כוללת התייחסות לעבודה מנטלית המתבקשת מההולך בה, אינה מציעה פרוגרמה מדיטטיבית מפורשת, אלא מסתפקת בהנחיות כלליות לגבי אופי ההתכוונות הנדרש מזה.

אביא שתי דוגמאות מרכזיות. שלמה אבן גבירול מציע לתלמידיו בקירוב ניכר את דרך ההתעלות שנמצאת כבר בנאום דיוטימה בדיאלוג **המשתה** לאפלטון. הוא מכוון אותם לזנוח את "טנוף המוחשים", דהיינו תופעות העולם הגשמי הבזויות, ו"לעלות במחשבתך אל המושכל האחרון", שהוא האלוהות.[6] ברור שאבן גבירול מתכוון כאן להביא את המחשבה להתנתקות מענייני העולם הזה ולהזדהות הולכת וגוברת עם העולמות העליונים,[7] אולם אין הוא מספק שום הוראות סיסטמטיות כיצד יש לתפעל מהלך מנטלי זה.

גם אצל רבנו בחיי, שאין ספק שהיה בין המשפיעים ביותר בין היוצרים ה"מהפכניים" הללו,[8] ובעצמו הושפע בצורה ניכרת מההגות הצופית,[9] אין הוראות טכניות שיטתיות למדיטציה, וזאת למרות שכל ספרו, **חובות הלבבות**, מוקדש למסע המיסטי של הנפש אל על. ספרו של בחיי, שמסרטט מהלך של מירוק וטיהור אישיותו ו"לבו" של האדם, בהחלט מכוון להתעלות מיסטית. הספר הינו לא רק טקסט מיסטי מובהק, אלא אחד מהמהפכניים שבטקסטים היהודיים בכך שהוא מכוון את הקורא להפנמת דתו ולמיקוד עבודת האל במתחולל בלבו.[10] יחד עם זאת, המחפש בו שיטה מדיטטיבית סדורה ימצא לא יותר מביטויים

6 מתוך **מקור חיים**, מצוטט אצל אפטרמן, **דבקות**, עמ' 57-56.
7 שם, עמ' 57. וראו פרשנותו של אפטרמן על כוונתו של אבן גבירול לפתח מערכת יחסים אירוטית עם החכמה האלוהית, הכולל התבוננות בשם המפורש – שם, עמ' 59-58. כאמור, אין ספק שאבן גבירול השתמש בטכניקות מסויימות להתעלות המיסטית, ויש לשער שהשפיע על המקובלים הראשונים (ראו שם, עמ' 60-59), אולם הוא עצמו אינו מפרט טכניקה מדיטטיבית מפורשת.
8 על פי אפטרמן הוא היה "ההוגה היהודי הראשון באנדלוסיה שהטעין את מצוות הדבקות הדויטרונומיסטית במטען מיסטי-קונטמפלטיבי" – שם, עמ' 72.
9 ראו אפטרמן, **דבקות**, עמ' 63-62; דן, **תולדות תורת הסוד**, עמ 291.
10 ראו על כך אצל מרגולין, **הדת הפנימית**, עמ' 398-396. בחיי השפיע בתורו על הרמב"ם, ראו שם, עמ' 403.

כלליים המצביעים על אופי הטכניקה המדיטטיבית שהוא מורה.[11] אין לנו לסמוך אלא על הרמב"ם, שכמו בתחומים אחרים גם כאן הכניס שיטתיות וסדר.

ההאמין הרמב"ם שהוא מלמד מדיטציה?

נפנה אם כן אל הרמב"ם כדי לקבל עיבוד שיטתי, הכולל הדרכה מדיטטיבית שלמה ומפורטת, של השקפת העולם שמתגבשת אצל הגאונים ובקרב הוגי ומשוררי אנדלוס.[12] כפי שקובע אפטרמן, הרמב"ם

> הוא האיש אשר שרטט לראשונה בפירוט רב את פרקטיקת עבודת הלב המושתתת על כוונה, דבקות ואהבה, בהתבסס על הפרקטיקה ההלכתית ובהביאה את האדם לשלמות האחרונה של אהבת האל.[13]

אין זה סוד שעבור מרבית החוקרים הרמב"ם לא היה מיסטיקן. למרות שהיו כבר באמצע המאה העשרים קולות שהציעו זאת,[14] הפילוסוף ופוסק ההלכה לא נמנה בדרך כלל ברשימת המיסטיקנים הגדולים – או הקטנים – של היהדות לדורותיה, ומשה אידל, למשל, קבע מפורשות ש"אני מקבל את תפיסתו של שלמה פינס כי 'הרמב"ם לא היה מיסטיקון'".[15] אני חולק על עמדה זו, וברצוני לכלול את הרמב"ם בסקירה זו של התפתחותה של התרגולת המדיטטיבית ביהדות. אולם קודם שאעשה זאת אנסה ראשית להתייחס לקביעה זו של פינס (ואידל).

נתחיל בהמשכו של המשפט המצוטט. פינס קובע כי "הרמב"ם לא היה מיסטיקון; אין הוא מתכוון להציע השתחררות הדרגתית מידיעת כל הדברים שאינם אלוהים, אלא לקדם אותו סוג של הכרה [הקשורה לאל {תוספת של אידל במאמרו – ת.פ.}], על ידי הוראות האנשים להימנע מיחוס דברים לא נכונים למהות האל"[16]. ראשית אם כן, בנוגע לקידום "אותו סוג של הכרה הקשורה לאל", הרי עבורנו זהו מאפיין מיסטי

11 ניתן למצוא ביטויים כגון "ויחזק הכרתו בהם" או ו"תדבק בו במחשבתה" (**חובות הלבבות**, שער ג, חלק ה, עמ' 97; שם, שער י, חלק א, עמ' 232) שמורים על שימוש בריכוז (ראו על כך אפטרמן, **דבקות**, עמ' 66), אולם אין, כאמור, הנחיות מדיטטיביות מעבר לכך.
12 על השפעותיהם של ההוגים הללו על הרמב"ם ראו אפטרמן, **דבקות**, (ובאופן ספציפי שם, עמ' 163).
13 שם, עמ' 165.
14 המפורסם שבהם כמובן הוא אברהם יהושע השל (ראו השל, **ההאמין הרמב"ם**); ראו רשימת מקורות נוספת ובהם קולות דומים אצל גרינוולד, **מעבר לפילוסופיה**, עמ' 141, הע' 1. גרינוולד עצמו שולל דעה זו (שם, עמ' 144).
15 משה אידל, "אברהם אבולעפיה והאיחוד המיסטי", בתוך אידל, **פרקים**, עמ' 11, הע' 18; ראו גם אידל, **החוויה המיסטית**, עמ' 15.
16 זהו תרגומו של אידל מתוך פינס, **מורה**, עמ' XCVI .

לעילא ולעילא, וכפי שנראה מיד הרמב"ם כמובן אכן מדבר על יצירת מגע[17] עם השכל הפועל, שהוא לשיטתו ההיפוסטאזה התחתונה של האלוהות בעולמנו. אם הרמב"ם מכוון אנשים למגע כזה עם האל, הרי שגם אם הוא לא מיסטיקן, הרי שהוא נותן הוראות לאחרים כיצד להפוך למיסטיקנים.

ומהן הוראות אלה? על פי פינס הרמב"ם מורה לאנשים "להימנע מיחוס דברים לא נכונים למהות האל". אולם יש להדגיש, ואנחנו נראה זאת מיד, שהרמב"ם עושה הרבה יותר מזה. בפרק נ"א של החלק השלישי של 'מורה נבוכים', באותה "הערה" ידועה שמוצא הרמב"ם לנכון להוסיף שם, מורה הרמב"ם דרך מדיטטיבית מפורטת.

לפני שניגש לעניין נציין שגם אם תפיסת הרמב"ם כמיסטיקן אינה פופולרית בימינו, הרי שבמאות השנים שאחרי פרסומו של 'מורה נבוכים' תפיסתו כספר הדרכה מיסטי היתה שגורה ושכיחה. בנו של הרמב"ם, ר' אברהם, שאב השראה לפרוייקט המיסטי שלו מאביו,[18] ואין ספק שר' אברהם אבלועפיה ראה במו"נ ספר הדרכה מיסטי. כך גם הבין את תלמודו של הרמב"ם תלמידו ר' יוסף אבן עקנין[19] וכן פרשניו של הרמב"ם, האפודי ושם טוב אבן שם טוב, כאשר הראשון אף קשר את הפרק להנהגות סופיות.[20] גם ראשוני מקובלי גירונה אימצו את הספר והושפעו ממנו בצורה ממשית.[21] בנוסף לכך יש לציין את חוטר בן שלמה, מלומד גדול ומנהיג קהילה במאה החמש-עשרה בתימן, ואת מייסטר אקהרט, המיסטיקן הנוצרי הנודע, שאף שניהם ראו במו"נ ספר שמכוון לחוויה המיסטית.[22]

באמצע המאה העשרים היה זה כאמור אברהם יהושע השל שהציע לראות את הרמב"ם כמי שראה עצמו, ושראו אותו, כאדם שהגיע לפחות לדרגה כלשהי של נבואה.[23] אכן, תורת הנבואה של הרמב"ם, "הפאזה

---

[17] על פי תרגום קאפח. "קשר" על פי תרגות שורץ. כל זאת בפרק נ"א של החלק השלישי של מורה נבוכים, וראו להלן על כך.
[18] ינון, **תורת הדבקות**.
[19] ראו השל, **ההאמין הרמב"ם**, עמ' קסא, קסד.
[20] האפודי, פרופייט דוראן, המאה ה-14. בפתיחת פרק נ"א של החלק השלישי הוא כותב "בזה הפרק יבאר הנהגת המתבודד איך ראוי שינהג בו, ויש בו דברים רבים לקטם מאבובכ"ר ן' אל סיא"ג, והפרק כולל ונכבד מאוד" (מתוך מהדורת תרגום אבן תיבון, ירושלים, תש"ך, דף ס"ד א'). הכוונה היא לאבו בכר מחמד אבן יחיא אבן אלצאיג (מת 1139), Avempace, הידוע יותר כאבן באג'ה, שהרמב"ם עצמו מזכירו (**מורה נבוכים**, א', ע"ד), ויש להניח שכוונתו של האפודי היא שהרמב"ם שאל רעיונות מספרו החשוב ביותר "הנהגת המתבודד" (על אבן באג'ה ראו שורץ, **מורה נבוכים**, עמ' 233, הערה 49). שם טוב אבן שם טוב (1225-1295) כותב "וזה הפרק, עם הפרקים הבאים, נקראים הנהגת המתבודד, ואם יגזור האל בחיים, אנחנו נבאר הנהגת שלושה אנשים – הנהגת האיש התוריי לבד, והנהגת האיש הפילוסופי, והנהגת מי שיכלול השתי שלמויות. והוא אשר כיוון הרב הנה, ובעבור זה האיש האחרון עשה זה הספר וייחד לו זאת ההנהגה הנפלאה" (מתוך מהדורת תרגום אבן תיבון, ירושלים, תש"ך, דף ס"ח א'). יש לשים לב ששני הפרשנים מכנים את הוראות הפרק הנידון "הנהגת המתבודד", ובכך הם מתכוונים לתרגולת מדיטטיבית - ראו אידל, **התבודדות כריכוז ב'**. תודתי לנתן אופיר שהפנה אותי למקורות אלה. והשוו אפטרמן, **דבקות**, עמ' 161, המפקפק בהשפעה הסופית על תורת החשק של הרמב"ם.
[21] אפטרמן, **דבקות**, עמ' 135-137, 160; על ההשפעה ספציפית על ר' עזרא בן שלמה מגירונה ראו שם, עמ' 164. על השפעה אפשרית של הרמב"ם על הספרות הזוהרית ראו וולפסון, **ההרמניוטיקה של החוויה החזיונית**, עמ' 322.
[22] על חוטר בן שלמה ראו בלומנטל, **מיסטיקה פילוסופית**, עמ' 155-222. על אקהרט ראו שורץ, **לך דומיה**.
[23] השל, **ההאמין הרמב"ם**.

הדרמטית ביותר בכל פעילותו הפילוסופית" על פי איתמר גרינולד,[24] קשורה בסופו של דבר לתורתו המיסטית, שכן הנבואה על פיו היא מצב של מגע ישיר עם האלוהות, ובוודאי, כהגדרתנו, העצמה של נוכחות המוחלט בחייו של הפרט. התייחסותו של הרמב"ם להגעה לנבואה אינה תיאורטית, אלא מהווה פרוגרמה מעשית להגעה למגע מיסטי עם האלוהות.

בימינו מי שמקדם את העמדה הזו בדיוק הוא דוד בלומנטל,[25] ואעזר במאמריו על הנושא. גם אדם אפטרמן טוען שהרמב"ם פורש ב**מורה נבוכים** לפני תלמידו דרך קונטמפלטיבית,[26] ו"פרקטיקה של ריכוז מחשבה באל",[27] ואעזר גם במחקרו העשיר על מושג ה"דבקות". אולם מרכז הניתוח שאציע יהיה בצמוד לכתיבתו של הרמב"ם עצמו, כלומר ניתוח הוראותיו למדיטציה, דבר שבלומנטל אינו מגיע אליו. להלן אתחיל בהצגה כללית של הנושא, בעיקר על פי בלומנטל. משם אעבור לדבריו של הרמב"ם עצמו, אביא כמה מדבריו החשובים ביותר בעניין, ואפרש אותם. לאחר מכן אסכם את תורתו המדיטטיבית של הרמב"ם.

בלומנטל, בעקבות מורו ג'ורג' ויידה, תופס את הרמב"ם כפילוסוף ששיטתו הרציונלית מסתיימת בשיא מיסטי של מגע עם האל. הוא בונה את ניתוחו של הרמב"ם בעיקר על 'מורה נבוכים' (ובו בעיקר על פרק נ"א של החלק השלישי),[28] ומחלק את הדרך הראויה לאדם על פי הרמב"ם לשלושה חלקים הדרגתיים.[29] בראשונה, על האדם ללמוד על האל בצורה אנליטית. עליו לאסוף כל פרט מידע שהוא יכול עליו, ופירושו של דבר למעשה ידיעת מה אי אפשר לומר על האל, וידיעת כל מה שאפשר לומר ולדעת על עולמו.[30]

> חקר הבריאה (הטבע) מוביל לאהבת האלוהים. אכן, צבירת הידע על הבריאה היא אהבת האלוהים. יותר מכך: מטרת הלימוד אינה הידע לכשעצמו. תכלית הידע של עולם הטבע היא סדרה של רגשות רוחניים – תדהמה, יראה, התבטלות, בושה, ומבוכה. מטרת הלימוד היא צמאון

---

[24] גרינוולד, **מעבר לפילוסופיה**. וראו גם דבריו של השל על העיסוק המתמיד של הרמב"ם בנבואה, עד ש"סוגיה זו היא לפעמים עקר שהכל הולך אחריו" – השל, **ההאמין הרמב"ם**, עמ' קנט.
[25] וכן רון מרגולין, למרות שאינו משתמש, מסיבותיו הוא, במונח "מיסטיקן" כדי לתאר את הרמב"ם. ראו מרגולין, **הדת הפנימית**, עמ' 402-404. עמדתו של אדם אפטרמן תמוהה בעיני, שכן הוא מודה שהרמב"ם מלמד את תלמידיו להגיע למגע מנטלי עם השכל הפועל, אולם מסרב לכנות זאת מיסטיקה, ואף שולל כינוי כזה. אפטרמן עומד על כך שהרמב"ם לא השתמש במילה "דבקות" כדי לתאר את המגע עם השכל הפועל, ואולי משום כך עבורו החיבור הזה "אינו דבקות מיסטית" – אפטרמן, **דבקות**, עמ' 164, וראו גם שם, עמ' 138, 165-167. בכל מקרה, אפטרמן אינו מגדיר מהי "מיסטיקה" עבורו, כך שייתכן ואיני מבינו נכונה.
[26] אפטרמן, **דבקות**, עמ' 159-168.
[27] שם, עמ' 165.
[28] ראו בלומנטל, **מיסטיקה פילוסופית**, עמ' 98, 131.
[29] גם אידל מדבר על שלבים בדרך לנבואה אצל הרמב"ם, שכוללים עבודה פנימית ו"פעילות נפשית" – אידל, **ההתבודדות כריכוז ב'**, עמ' 45.
[30] בלומנטל, **מיסטיקה פילוסופית**, עמ' 132.

של הנשמה וכמיהה של הגוף לאלוהים. הלימוד הוא סוג של חוויה דתית; האינטלקט הוא חלק ממרחב רוחני גדול יותר.[31]

חקירת העולם היא רק השלב הראשון כאמור. השלב השני הוא השלב החשוב מבחינתנו, משום שהוא זה המגיע אחרי התרגול המדיטטיבי.[32] על פי בלומנטל:

> השלב השני של רוחניות אמיתית הוא קונטמפלציה אינטלקטואלית של האלוהים, הידועה גם כפולחן אינטלקטואלי של האל, ה"עבודה השכלית" (בערבית, אל-עיבדה אל-עקלייא), וכ"תשוקה" לאל, "חשק" (בערבית, אל-עישק). בסוג הזה של רוחניות האדם מתרכז במחשבה מופשטת, בהרהור במושגים המופשטים והפשוטים ביותר. אבל, וזה חשוב ביותר, כאשר עושה זאת אדם, הוא שם מעצמו בנוכחות האל.
>
> [...] פולחן אינטלקטואלי, "עבודה" ו"חשק", בא על כן אחרי האהבה האינטלקטואלית של האל, למרות ששורשיו נטועים באהבת אלוהים השכלית, וממנה הוא צומח. התבוננות אינטלקטואלית היא, על כן, מדרגה מעבר לאהבה אינטלקטואלית. היא הרגע בו המחשבה מתפוגגת לכדי חוויה מיסטית. היא המעבר מחשיבה-על האל, להוויה-בנוכחות האל. זהו רגע מיסטי, או מדוייק יותר, דרך מיסטית-אינטלקטואלית של הוויה בעולם.[33]

בלומנטל מסביר בספרו וברבים ממאמריו כיצד הגיע לתובנות אלה,[34] אולם אין כאן מקום להאריך בזאת. השלב השלישי בדרכו של הרמב"ם על פי בלומנטל הוא התבוננות מתמשכת באלוהים. זהו השלב העליון, אשר על פי הרמב"ם זכו לו רק האבות ומשה רבנו, אולם הוא מהווה בעצם רק התמדה ללא הפסק של השלב השני.[35] השאלה שלפנינו אם כן היא כיצד על האדם שרוצה בכך להגיע להתבוננות אינטלקטואלית באל, כלומר למגע, או קשר, עם השכל הפועל, שפירושו של דבר עבור הרמב"ם הוא נבואה. רצוננו להבין מהי המתודה שמציע הרמב"ם לשם כך, דבר שבלומנטל כאמור לא מפרט.

[31] שם, עמ' 133.
[32] ראו על כך גם הרוי, **בארמון**, עמ' 66-67.
[33] בלומנטל, **מיסטיקה פילוסופית**, עמ' 133.
[34] ראו שם. הספר כולל מאמרים רבים שפורסמו לפני צאתו לאור המדברים בנושא, כגון "Maimonides: Prayer, Worship, and Mysticism" (first presented at "Colloque sur la prière, mystique, et Judaïsme", Université de Strasbourg, Fall 1984, printed in *Prière, Mystique, et Judaïsm*, ed. R. Goetschel, Paris, Presses Universitaires de Frace, 1987); "Philosophical Mysticism: The Ultimate Goal of Medieval Judaism" (*Esoteric and Exoteric Aspects in Judeo-Arabic Culture*, ed. B. Hary, Brill, Leiden, 2006)
[35] שם, עמ' 136. וראו עמ' 138, הע' 20, בה מעלה בלומנטל את האפשרות שהשלב השלישי פתוח ואפשרי לא רק לאבות ולמשה.

ניגש אם כן לבחינת פרק נ"א עצמו (מו"נ, חלק ג', תרגום שורץ), וזאת על ידי התייחסות ישירה לדבריו של הרמב"ם. בתחילת הפרק כבר מבהיר לנו הרמב"ם כי

> פרק זה, שאותו אנו מביאים עכשיו, אינו כולל עניין נוסף על מה שנכלל בפרקי ספר זה, אלא הוא רק מעין חתימה המבהירה גם את העבודה המיוחדת למשׂיג האמיתות - אחרי שהשׂיג מה הוא - מדריכה אותו להשׂגת עבודה זאת אשר היא תכלית האדם, ומלמדת אותו כיצד תהיה ההשגחה בו בעולם זה עד אשר יעבור לצרור החיים. (מו"נ, חלק ג', פרק נ"א)

זוהי ההקדמה לפרק כולו, וממנה ברור כי הרמב"ם יפרט בו את אותה עבודה, עבודת האל, שמגיעה אחרי שאדם מסויים "השיג מה הוא" (כלומר הבין את כל שיש להבין מבחינה שכלית על האל), ורוצה להמשיך ולהעפיל אל "תכלית האדם", דבר שגם יקנה לו השגחה פרטית (ובעניין אחרון זה לא נעסוק).

מיד אחרי הקדמה זו מגיע משל הארמון המפורסם,[36] בו מסביר הרמב"ם בצורה ברורה שעל מנת להגיע אל המלך ולהיות עמו בקשר אמיץ אין זה מספיק להיות אחד מ"עמי הארץ העוסקים במצוות" כלשונו, אלא יש להמשיך ולעמול. ראשית יש לעיין ב"עקרונות הדת" ולדעת "ידיעה ודאית את כל מה שאפשר לדעת ידיעה ודאית מהדברים האלוהיים". ורק "כאשר תשלים את הפיסיקה ותבין את המטפיסיקה, נכנסת אל המלך אל החצר הפנימית ותהיה עמו בבית אחד. זאת היא דרגת החכמים."

החכמים על פי הרמב"ם "שונים מבחינת השלמות", כלומר נמצאים בדרגות השגה שונות, כמו גם הנביאים ששונים בדרגותיהם. דרגות אלה נקבעות על פי השתלמותם בעבודה ההיא האחרונה, שהרמב"ם מפרט להלן. עבודה זו אמורה לקרב את האדם לאל ולחזק את הקשר עמו, או כפי שקובע הרמב"ם: "כאשר תשׂיג את האל ואת מעשׂיו לפי מה שהשׂכל מצריך, אחרי זאת תתחיל להתייחד עמו ותשתדל להתקרב אליו וּתְעַבֶּה את הקשר אשר בינך ובינו שהוא השׂכל".

המילה המתורגמת כאן כ"קשר" מתורגמת אצל קאפח כ"מגע".[37] מדובר במילה הערבית 'וצלה', ושורץ מתרגם אותה בהערה גם כ"חיבור, חוט מקשר".[38] אם הגדרנו חוויה מיסטית כתחושה ו/או הידיעה

[36] על כך ראו הרוי, **בארמון**.
[37] קאפח, **מורה נבוכים**, עמ' תה.
[38] שורץ, **מורה נבוכים**, עמ' 658. אפטרמן טוען ששימושו של הרמב"ם במילה זו "אינו ברור" (אפטרמן, **דבקות**, עמ' 134), וזאת כחלק מדחייתו את ההשפעה הסופית על הרמב"ם, וכחלק משלילתו את המימד המיסטי בדרכו. משום כך הוא חייב לטעון

הקוגניטיבית של העצמת הנוכחות של המוחלט בחייו של הפרט (מנקודת מבטו),[39] הרי שמדובר כאן ללא ספק בחוויה מיסטית. אבל גם הגדרות דרשניות יותר, כזכייה ב"מגע" כלשהו עם האלוהות, יאשרו שהרמב"ם מדבר כאן על חוויה מיסטית. והרמב"ם ממשיך ומפרט:

התורה הבהירה שהעבודה האחרונה הזאת שהסבנו את תשומת-הלב אליה בפרק זה לא תהיה אלא אחרי ההשׂגה. הוא אמר: לאהבה את ה' אלהיכם ולעָבדו בכל לבבכם ובכל נפשכם. וכבר הבהרנו כמה פעמים שהאהבה לפי מידת ההשׂגה. אחרי האהבה (תבוא) אותה עבודה שגם (החכמים) ז"ל העירו עליה ואמרו: זו עבודה שבלב, והיא, לדעתי, הפעלת המחשבה על המושׂכל הראשון וההתבודדות לשם זאת במידת היכולת.[40]

כפי שקבע בלומנטל, הרמב"ם מדגיש את הצורך בהשגה שכלית, עד כמה שאפשר, על האל, שמובילה מצידה לאהבתו. אחרי אלה באה, על פי הרמב"ם, "אותה עבודה" שהיא "עבודה שבלב", והיא, כך טוען הרמב"ם, "הפעלת המחשבה" על המושכל הראשון, כלומר השכל הפועל התחתון ביותר, והתבודדות לשם כך. אין להבין "התבודדות" כאן כנסיגה למקום שבו יהיה האדם לבד. כפי שהראה אידל, התבודדות פעמים רבות משמעותה ריכוז,[41] ופעמים אחרות משמעותה מצב תודעתי מיסטי מסויים.[42] באופן ספציפי הרמב"ם משתמש לפעמים במונח "התבודדות" כריכוז,[43] וייתכן שזה המצב כאן. מאידך המשך דבריו של הרמב"ם מורים על התבודדות מהסוג השגור:

התברר אפוא שלאחר השׂגה הכוונה היא להתייחד עמו ולהפעיל את המחשבה השכלית לחשוק בו תמיד. זה קורה לרוב ביחידות ובהתבודדות. לכן מרבה כל אדם מעולה להתבודד ולא נועד עם אף אחד אלא לצורך.[44]

שראשוני מתרגמי הרמב"ם ופרשניו "פירשו את משנתו החיובית באופן מוטעה" – שם, עמ' 135. ראו גם שם, עמ' 148-149. על פירושים של חוקרים שונים ומתרגמים שונים למילה ראו שם, עמ' 145, 156.

[39] ראו לעיל הפרק על החוויה המיסטית.

[40] שורץ, **מורה נבוכים**, עמ' 658-659. סוגריים עגולים מציינים בתרגום שורץ "דברים המובנים מהמקור אך אינם מפורשים".

[41] ראו אידל, **התבודדות כריכוז א'**; אידל, **התבודדות כריכוז ב'**.

[42] אידל, **ההתבודדות כריכוז ב'**, עמ' 57.

[43] אידל, **ההתבודדות כריכוז א'**, עמ' 166, הע' 233. **התבודדות כריכוז ב'**, עמ' 44-45. על פי אידל דברי הרמב"ם בהלכות יסודי התורה, ז', ד' ("כל הנביאים אין מתנבאין בכל עת שירצו אלא מכוונים דעתם ויושבים שמחים וטובי לב ומתבודדים, שאין הנבואה שורה לא מתוך עצבות ולא מתוך עצלות אלא מתוך שמחה, לפיכך בני הנביאים לפניהם נבל ותוף וחליל וכנור והם מבקשים הנבואה"), מהם ברור שההתבודדות אינה במשמעות של בדידות, היו בעלי השפעה על הדורות אחריו.

[44] שורץ, **מורה נבוכים**, עמ' 659.

כנראה שמשולבים כאן כמה סוגי "התבודדות". אולם אין אלו דבריו האחרונים, או המלאים ביותר, על ההתבודדות. בחלקו הבא של הפרק, ה"הערה" שמוסיף לו הרמב"ם (שאורכה פי שניים מהפרק עצמו), יפרט הרמב"ם את עבודת ההתבודדות שהוא מכוון אליה. הנה:

הערה: כבר הבהרנו לך שהשׂכל הזה ששָפַע עלינו ממנו יתעלה הוא הקשר שבינינו ובינו. לך ניתנת הבחירה: אם תרצה לחזק קשר זה וּלְעַבּוֹת אותו, תעשׂה זאת, ואם תרצה להחלישו וּלְדַקֵּק אותו בהדרגה עד שתקטע אותו - תעשׂה זאת. אתה תחזק קשר זה רק על-ידי שתפעיל אותו באהבתו [יתעלה] ותלך לקראת זאת, כמו שהבהרנו. תחליש אותו וּתְדַקֵּק בהעסיקך את מחשבתך בזולתו. דע שאפילו היית האדם הבקי ביותר באמיתת המטפיסיקה, כאשר תרוקן את מחשבתך מן האל ותעסוק כל-כולך באוכל הכרחי או בעיסוק הכרחי, כבר קטעת את הקשר אשר בינך ובין האל. אז אין אתה עִמו וכן אין הוא עִמך, מפני שאותו יחס שבינך ובינו נקטע בפועל באותה שעה.[45]

הרמב"ם כאן בפירוש מדבר על <u>תוכנה של התודעה</u>, וקובע שכאשר המחשבה לא עוסקת באל, הרי שהקשר בין האדם לבינו נחלש ואף נקטע. על התודעה להיות <u>מרוכזת</u>, אם כן, ללא הפסק באל, או לפחות להשתדל להיות מרוכזת בו בפרקים גדולים עד כמה שניתן מן הזמן.[46] זוהי מטרת העבודה שבלב על פי הרמב"ם. אולם כיצד עלינו להעסיק את המחשבה כל הזמן באל? על כך כותב הרמב"ם:

דע שכל המעשׂים האלה של עבודת ה', כגון קריאת התורה, התפילה ועשׂיית שאר המצוות אין מטרתם אלא שתרגיל עצמך לעסוק בְּצִוּוּיָיו יתעלה, ולא תעסוק בענייני העולם הזה, כאילו אתה עוסק בו יתעלה ולא בזולתו. [...] מכאן ואילך אחל להדריכך אל צורת התרגול, כדי שתשׂיג את התכלית הגדולה הזאת. הדבר הראשון שתשתדל לעשׂותו הוא שתרוקן את מחשבתך מכל דבר בשעה שאתה קורא קריאת שמע ומתפלל. אל תסתפק בכַּוָּנָה בקריאת שמע בפסוק ראשון ומן התפילה בברכה ראשונה. כאשר זה יעלה בידך וישתרש במשך שנים, השתדל לאחר-מכן שכל-אימת שאתה קורא בתורה או שומע אותה, אל תחדל מלפנות כל-כולך ובכל מחשבתך להתבונן במה שאתה שומע או קורא. וכאשר גם זה ישתרש לך במשך תקופה, השתדל שבכל מה שאתה

[45] שם, עמ' 659.

[46] אפטרמן, **דבקות**, עמ' 144, 159.

קורא מכל דברי הנביאים תהיה מחשבתך לעולם נקייה (מהרהור בעניין אחר). אפילו בכל הברכות תתכוון להתבונן במה שאתה מבטא ולשים לב מה משמעותו.[47]

פסקה זו חשובה מאוד לענייננו. ראשית אנו מגלים בפסקה זו ביתר בבהירות, שכאשר הרמב"ם מדבר על "מחשבה", כוונתו למה שכיום נהוג לכנות תודעה או הכרה, שכן הוא מורה בפירוש על כך שיש 'לרוקן את המחשבה מכל דבר'. הרמב"ם אם כן מכוון את תלמידו לעבודה פנימית, תודעתית, ומורה לו להתרכז בפעולותיו כך שלא יחדרו לתודעתו מחשבות כלל. הוא מורה על תרגול הדרגתי של ריכוז ההולך וחולש על איזורים רבים יותר מפעולותיו של האדם, ומכוון את תלמידו לבחור את המצוות, ומהן בצבירה הולכת וגוברת, את ברכות שמע והאבות, את קריאת התורה או שמיעתה באופן כללי, את קריאת הנביאים, ולבסוף את ברכות כולן, כזמנים וכמצעים בהם יש לעמול בעבודת הריכוז.[48]

נבאר את דברי הרמב"ם ביתר פירוט: הרמב"ם משתמש כאן במונח "כוונה", אותו הוא שואל עוד מדברי חז"ל, אבל שלא כהלכה הפסוקה הוא מורה "לכוון" בפעולות שונות ומגוונות, ולא רק בזמן קריאת שמע וברכת האבות. ה"כוונה" כאן, כך נראה מדבריו, היא המודעות למשמעותן של המילים הנקראות או הנשמעות, ומטרתה להביא את התודעה למצב של ריכוז, כך שמחשבות לא תוכלנה להיכנס אליה. ריכוז זה אמור לחלוש על מצוות רבות והולכות, כאשר התרגול, שנמשך שנים, מוסיף ומלקט זמנים ופעולות בהם יש להתרכז. מדובר, אם כן, בתרגולת מדיטטיבית בעליל, וזאת תוך התקדמות בתהליך הדרגתי שבמהלכו מאמן התלמיד את יכולת הריכוז שלו, עד שהוא מגיע להצלחה מלאה, כפי שנראה בפסקה הבאה:

> כאשר יזדככו לך מעשים אלה של עבודת ה' ומחשבתך תהיה בשעת עשייתם נקייה מהרהור בדבר כלשהו מענייני העולם הזה, השתדל לאחר-מכן להעסיק את מחשבתך בצרכיך או במותרות חייך, ובכלל תפעיל מחשבתך במילי דעלמא בשעה שאתה אוכל או שותה, או שאתה בבית-הכיסא, או בשעה שאתה שׂח עם אשתך או בניך הקטנים או בשעה שאתה שׂח עם המון העם. אלה הם זמנים מרובים וארוכים שזימנתי לך לחשוב על כל ענייני הרכוש, הנהגת הבית ותקנת הגוף. אבל בשעת המעשים שעל-פי התורה, לא תעסיק את מחשבתך אלא במה שאתה עושה, כמו שהבהרנו. בשעה שאתה לבדך בלי אף אחד ובשעה שאתה מתעורר על מיטתך - היזהר מאוד

[47] שורץ, **מורה נבוכים**, עמ' 660-661.

[48] ראו את דיונו של אפטרמן על השלבים ההולכים ומתעצמים של העבודה הקונטמלטיבית והריכוז, החופף בנקודות מרכזיות את הדיון כאן (לבד מסופה של הדרך שמשרטט הרמב"ם, ועל כך להלן) -- אפרטמן, **דבקות**, עמ' 159.

מאוד מלהפעיל את המחשבה בשעות יקרות אלה בדבר אחר מלבד אותה עבודת האל השׂכלית, והיא לְקָרֵב אל האל ולהתייצב לפניו בדרך האמיתי שלימדתיך, לא בדרך ההיפעלויות הדמיוניות. זאת בעינַי התכלית שעשׂוי להשׂיג אותה חכם שהכשיר עצמו לה בדרך זאת של תרגול.[49]

המטרה שמציב הרמב"ם היא, אם כן, שיפור יכולת הריכוז, עד שבכל עת שהאדם עסוק בפעילות פולחנית של ברכות או קריאה בתורה תודעתו כולה מוקדשת לעניין, ולא עוסקת בשום דבר אחר. אם כי יש לשים לב שלא רק בזמן פעילויות אלה גרידא, שכן הרמב"ם לפתע מוסיף כאן גם כל זמן שהתלמיד נמצא לבד, ובשעת היקיצה בבוקר.

אפשר ללמוד שני דברים מפסקאות אלה של הרמב"ם: הראשון, שעבור הרמב"ם הריכוז הוא פעולה מדיטטיבית שמשנה את תוכן ההכרה. כפי שנגלה בהמשך, שינוי זה מהווה טרנספורמציה גם של צורת ההכרה, שכן כפי שנראה מיד על פי הרמב"ם אדם שיצליח בכך יגיע בדרך זו גם לנבואה. יש לציין שזהו על פי הרמב"ם התכלית והמיצוי המלא של חיי הדת היהודיים.[50]

הדבר הנוסף שאפשר ללמוד מדבריו של הרמב"ם (אלו האחרונים, בעניין התוספות לזמני הריכוז) הוא שהמצוות משמשות לרמב"ם כרקע ובימה שעליהם מופעל הריכוז, אך לא כפעילויות בעלות קדושה אינהרנטית, שכן באותה מידה מבקש הרמב"ם להתרכז גם בכל עת שהאדם לבדו או בעת שהוא מקיץ. אנו מבינים מכך שהרמב"ם לא מבקש להתרכז במצוות משום איכותן האינהרנטית (כלומר משום שבהן ורק בהן האדם עובד את אלוהיו, או משום שבאמצעותן האדם מוריד שפע מאלוהיו אל הארץ וכו'), אלא, כנראה, משום שאלו פשוט זמנים שבהם הוא (הגבר היהודי) ממילא מובדד בצורה יחסית מסביבתו ויכול להקדיש עצמו לתרגילי ריכוז.

ריכוז זה, כאמור, אמור על פי הרמב"ם לחזק את הקשר בין האדם לאל. יחד עם זאת, בזמנים אחרים מורה הרמב"ם לאפשר לעצמנו לחשוב על ענייני העולם. דרגה רוחנית/תודעתית שבה האדם מרוכז כולו באלוהות בכל זמנו אינה, על פי הרמב"ם, עניין שאפשר פשוט לתרגל ולהגיע אליו. זהו מצב שזוכים בו יחיד סגולה. הנה:

> אבל שייווצר לבן-אדם מצב כזה של השׂגת האמיתות ושׂמחה במה שהשׂיג, שישׂוחח בו עם אנשים ויעסוק בצרכים ההכרחיים של גופו - ובו בזמן שׂכלו מופנה כולו כלפיו יתעלה כשהוא

[49] שורץ, **מורה נבוכים**, עמ' 660-661.

[50] אפטרמן, **דבקות**, עמ' 159.

בלבו תמיד לפניו יתעלה - תוך שהוא עם בני-אדם בחיצוניותו [...] איני אומר על דרגה זאת שהיא דרגת הנביאים כולם, אלא אומר שזאת דרגת משה רבנו [...] זאת גם דרגת האבות שקרבתם אליו יתעלה הגיעה עד כדי ששמו נודע לָעולם בם: אלהי אברהם אלהי יצחק ואלהי יעקב [...] והתאחדות שׂכליהם בהשׂגתו הגיעה עד כדי שכרת עם כל אחד מהם ברית מתמדת [...] כי באשר לארבעה אלה, האבות ומשה רבנו, התברר שהתאחדו עם האל, כלומר השׂיגוהו ואהבוהו, כמו שמעידים הכתובים. [...] עם זאת עוסקים היו בהנהגת האנשים, בריבוי הממון ובהשתדלות למען הקניין. לדעתי זאת ראיה שעשׂו מעשׂים אלה באיבריהם בלבד בשעה ששׂכליהם לא פסקו מהיות לפניו יתעלה. [...] דרגה זאת אינה דרגה שאיש כמוני יבקש להדריך אל השׂגתה. אבל אותה דרגה שהוזכרה לפני-כן יש לבקש להגיע אליה בתרגול זה שהזכרנו.[51]

הרמב"ם מדבר בקטע זה על אותו "שלב שלישי" שבלומנטל הצביע עליו, אליו הגיעו משה רבנו והאבות, ואשר בו האדם נמצא בקשר תודעתי בלתי-פוסק עם האל. אולם בדברים אלה הרמב"ם מגלה עוד כמה דברים חשובים. ראשית, מהתייחסותו לשלב הזה כנבואה שהיא "אינה דרגת הנביאים כולם", אנחנו יכולים להבין שהשלב הקודם שהצביע עליו, שלב הקשר הנקטע עם האל, הוא לדעתו דרגה נמוכה יותר של נבואה,[52] כלומר הקשר של התודעה עם האל אינו מתמצה בכך שהיא נקייה ממחשבות, אלא יש לו איכות חיובית חשובה ביותר, דהיינו נבואה. במורה נבוכים הרמב"ם למעשה מלמד את תלמידו כיצד להגיע, באמצעים אינטלקטואלים ומדיטטיבים, לנבואה.

שנית, מקטע זה ניכרת התפיסה הדואליסטית מאוד של הרמב"ם (אותה ניתן לפגוש במקומות רבים נוספים כמובן),[53] בה הגוף הוא מכשול לרוח, והרוח כלואה בגוף ומבקשת להשתחרר ממנו. אנו רואים זאת מתוך תמיהתו של הרמב"ם על כך שמשה והאבות היו יכולים לדבוק באל בעודם עמלים עם גופם, ומתוך דבריו על כך ש"עשׂו מעשׂים אלה באיבריהם בלבד בשעה ששׂכליהם לא פסקו מהיות לפניו

[51] שורץ, **מורה נבוכים**, עמ' 661-662.

[52] על דרגות הנבואה השונות כותב הרמב"ם בפרק מה של החלק השני של הספר.

[53] ראו למשל פרק ט של חלק ג, שמתחיל במילים "החומר הוא חציצה גדולה (המונעת את) השגת הנבדל [שהוא על פי שוורץ הישויות הבלתי-חומריות, כגון האל והשׂכלים הנבדלים]" – שם, עמ' 447, וראו בפרקנו בהמשך דברי הרמב"ם: " הפילוסופים הבהירו שבגיל הנעורים הכוחות הגופניים הם לרועץ לרוב מעלות האופי, כל שכן למחשבה זכה זאת הנובעת משלמות המושׂכלות והמביאה לחשוק בו יתעלה, כי לא ייתכן שהיא תימצא עם רתיחת הלחויות של הגוף. אבל ככל שנחלשים כוחות הגוף ואש התאוות דועכת, מתחזק השׂכל ומתפשט אורו ומזדככת השׂגתו ו(האדם) שׂמח במה שהשׂיג." – שם, עמ' 665. באופן ברור הגוף מתואר כאן כמכשול לנפש, ודעיכתו אפשרות לשגשוגה.

יתעלה" – כלומר יש כאן הנחה שהשכל הוא משהו שיכול לפעול לחלוטין בנפרד מהגוף, ושאף רצוי שכך.[54]

דבר נוסף עולה מדברים אלה. כידוע, וכפי שראינו לעיל, הנבואה עבור הרמב"ם היא תופעה טבעית, היכולה להיות מוסברת באמצעים סיבתיים-רציונליים, ועל כן גם משוחזרת.[55] אין מדובר באלוהות הבוחרת מסיבותיה היא את הנביא, אלא אדם המכין עצמו ועל ידי כך הופך בצורה נטורליסטית, לא-ניסית, לנביא.[56] על כן ניתן לומר שגם הברית שהאבות כרתו עם האל היא לא דבר שהוגש להם "מלעלה למטה", כלומר מהאל שבחר בהם מסיבותיו, אלא למשהו שנפעל "מלמטה למעלה", כלומר בזכות דבקותם של האבות באל. למעשה אפשר להגיע למסקנה שהברית שכרתו האבות עם האל, עליה כותב הרמב"ם בציטוט האחרון, היתה מפני שתודעתם היתה קשורה בו לחלוטין, או אף שעובדת קשירתה של תודעתם בו לחלוטין היא היא הברית שהיתה בין האבות לאל.

אם ניתן לעצמנו להביט בתמונה שעולה מדברים אלה ממרחק, ובהמשך לתפיסה הטבעית הזו של הנבואה והברית, נראה שבעוד שהאבות, בהיותם חיים לפני מעמד הר סיני, לא קיימו מצוות, הרי שהברית בינם לבין האל היתה אותה תודעה של מגע בלתי פוסק עם האל. לעומתם בני ישראל, שתועתם רוחקה באיכויותיה מזו של האבות, ושהברית ביניהם לבין האל היא במצוות, מקיימים את אלה כדי להגיע, בתהליך מיידע של עבודת הלב, לאותה תודעה (שכן המצוות מלכתחילה ניתנו כדי לכוון דעתו של אדם בצורה אינטלקטואלית אל הדעות הנכונות, ולאחר מכן, כפי שראינו, משמשות כשעת כושר עבור תודעתו של אדם למדיטציה של ריכוז שמובילה למגע ישיר עם השכל הפועל). הברית הטבעית, ללא המצוות, של האבות, היא מטרת הברית ההלכתית של צאצאיהם. זוהי תמונת קשרי הגומלין שבין ברית האבות וברית סיני העולה מדברי הרמב"ם.

[54] גם אפרטמן מדבר על פיצול התודעה – אפטרמן, **דבקות**, עמ' 167. וראו להלן בפרקנו על החסידות חזרתו של רעיון זה, אשר ציפי קויפמן מכנה עבודה בשמיות מתוך פיצול התודעה" (אצל קופימן, **בכל דרכיך דעהו**, עמ' 182-187. זה המקום גם לשים לב שוב גם להבדל הניכר מתמונת העולם האנתרופולוגית והמטאפיזית של יורדי המרכבה, שעבורם המסע המיסטי חייב להיות גופני (פיזי או אסטרלי, אבל לעולם לא מנטלי).

[55] ראו דיונו של אפטרמן על כך -- אפטרמן, **דבקות**, עמ' 146.

[56] על שאלת התפיסה הטבעית של הנבואה אצל הרמב"ם ראו גרינוולד, **מעבר לפילוסופיה**, עמ' 155-156; רביצקי, **סתרי תורתו**, עמ' 61-62.

מהי סופה של הדרך המדיטטיבית שמלמד הרמב"ם? הרמב"ם מבקש מתלמידיו לקיים את מצוות אהבת האל, וסוף הדרך המדיטטיבית היא בהרגשת עונג של אהבה זו. כפי שראינו לעיל, האהבה באה על פי מידת הריכוז באלוהות.[57] הרמב"ם אף חוזר ומבהיר זאת לקראת סוף הפרק:

> וכבר ביארנו בפרקים קודמים שמשמעות ידיעת השם היא השׂגתו. [...] הרי יודע אתה את ההבדל בין אוהב וחושק, כי האהבה המופלגת עד שלא נותרת מחשבה על דבר אחר זולת האהוב הזה היא החשק.[58]

אותו "חשק" הוא בערבית אלעשק, וזהו הביטוי השגור בערבית לתיאור אהבת האל המיסטית.[59] ברצוני להציע שאהבה זו היא עונג המופק מריכוז מדיטטיבי רב עוצמה, כידוע לכל מודט רציני במסורות המדגישות ריכוז שכזה.[60] פרשנות כזאת לדברי הרמב"ם תפיג גם את המיסתורין שכותב עליו אפטרמן בסיכומו את דרכו של הרמב"ם:

> הרמב"ם שרטט כאמור פרקטיקה של ריכוז המחשבה ובידודה מהשפעות העולם, וזו מביאה לבסוף בדרך מיסתורית לרגש אירוטי כלפי השם המפורש.[61]

הרגש האירוטי, אם כן, הוא עונג המופק מריכוז חריף. הרמב"ם מכנה אותו כ"חשק", והוא עבורו "האהבה המופלגת עד שלא נותרת מחשבה על דבר אחר זולת האהוב" – כמובן, שהרי זו תוצאת אותו ריכוז. עבור הרמב"ם זוהי גם השלמתה של מצוות אהבת האל.

---

[57] שורץ, **מורה נבוכים**, עמ' 659-658; ראו גם בלומנטל, **מיסטיקה פילוסופית**, עמ' 133.
[58] שם, עמ' 664.
[59] שם, עמ' 659, הע' 39.
[60] ריכוז חריף גורר ניתוק מהעולם ופעמים רבות – אם כי לא תמיד – תחושת עונג. הדבר מודגש בעיקר במסורת היוגית, שעבורה ריכוז חד-נקודתי מהווה פרקטיקה מרכזית, והעונג המופק כך מהווה מטרה לגיטימית. ניתן למצוא עדויות לכך כבר באפוס המהאבארתה: "החכם, בכפיית משמעת [על עצמו] תמיד, בחלקים המוקדמים והמאוחרים של הלילה, אוכל מעט, נשמר טהור, הוא רואה את העצמי בעצמי. בזניחתו של מעשים (karman) טובים או רעים על ידי השקטת המחשבה, השליו מעגן את עצמו בעצמי, [ו]זוכה לעונג בלתי-נכחד." – המהאבארתה, XII.180.28-29, מצוטט אצל ווין, **מקורות המדיטציה הבודהיסטית**, עמ' 78; "הסגפן זונח מעשים (karman) טובים ורעים על ידי השקטת המחשבה, בהיותו שליו, בהשתרשו בעצמי, הוא זוכה לעונג בלתי-נגמר" – המהאבארתה, XII.238.10, מצוטט שם. על העונג המופק מתוך ריכוז במסורת היוגית וההינדואיסטית בכלל ראו אליאדה, **יוגה**, עמ' 99; רדהקרישנן, **פילוסופיה הודית**, כרך ב, עמ' 362-358; בהארטי, **האור**, לאורך כל הספר. על העונג המופק מתוך ריכוז באופן כללי ראו הולנבק, **מיסטיקה**, עמ' 114-107.
[61] אפטרמן, **דבקות**, עמ' 167.

סיכום מאפייני המדיטציה של הרמב"ם

לאחר שסיימנו לעבור על הפרקטיקה המדיטטיבית שמציג בפנינו הרמב"ם, ניתן בה כעת סימנים. דיברנו כבר על האופי הדואליסטי של השקפתו של הרמב"ם, שגם מכתיב את אופי התרגולת המדיטטיבית שלו: על פי הרמב"ם על האדם להתבודד, הן בגופו והן במחשבתו. בגופו, דהיינו לנסות ולהיות לבד; במחשבתו (כלומר בתודעתו), דהיינו להפרידה עד כמה שאפשר מהגוף, וממחשבות שמקורן בעולם התופעות. האנתרופולוגיה של הרמב"ם מחלקת את האדם לשניים, גוף נחות ואינטלקט/תודעה עליונים, והיא נובעת מהמטאפיזיקה שלו, כלומר מכך שהוא רואה עולם עליון ומושלם שאינו העולם הזה, הארצי, ושאליו יש להגיע. השכל הפועל, התחתון מבין עשרה,[62] הוא מושא תאוותיו העליונות של האדם, שאמור לצורך המגע איתו לדחות את תשוקותיו התחתונות. מכאן גם ברור שהמדיטציה של הרמב"ם מכוונת את האדם אל מחוץ לעצמו, ולא פנימה אל תוכו. האדם אמור להתחבר אל משהו חיצוני לו, ועליון.

בהמשך לכך, המדיטציה שמלמד הרמב"ם היא מדיטציה של ריכוז, ולא של מודעות, כלומר האדם נדרש בה לנתק עצמו מהסובב אותו ולהתרכז כל כולו בפרט מסויים (או פרטים מסויימים). מטרתה אינה עוררות, אלא השקטה של הפעילות המנטלית והפיזית, כאשר ברמות ההשגה הגבוהות הפעילות הפיזית ממשיכה להתקיים, אולם בהחלט לא בצורה אקסטטית. שדה הפעולה הוא בהחלט תודעתי-שייויסטי, אם כי ניתן לומר שלעונג המושג בשיאה של הדרך המדיטטיבית הזו יש מימד שאקטיסטי.

בהמשך לכך, אופי החוויה המיסטית, על פי החלוקה שהצענו בעליל, הוא חוויה מיסטית של ריכוז, בה התוכן החוויתי, כלומר נוכחות האל המתגברת, מופיע מתוך ובצורה של התמקדות תודעתית איתנה וקפוצה, דבר שמלווה גם בעונג.

יש לציין גם שהמדיטציה של הרמב"ם מבוצעת לא כפרקטיקה נבדלת בפני עצמה, אלא כתרגולת של ריכוז שמולבשת על פעילויות אחרות, שהאדם (כאן, הגבר היהודי) היה עושה בכל מקרה (תפילה, קריאה בתורה, יקיצה בבוקר). ולבסוף, המטרה כאן היא מגע תודעתי עם האלוהות (או ההיפוסטאזה התחתונה שלה, השכל הפועל). זוהי, עבור הרמב"ם "מטרת כל מעשי התורה".[63]

---

[62] על המטאפיזיקה הימיביניימית שהרמב"ם היה שותף לה ראו בלומנטל, **מיסטיקה פילוסופית**, עמ' 56-51.
[63] פרק נב, חלק שלישי - שורץ, **מורה נבוכים**, עמ' 667.